

**PERANCANGAN PUSAT FASILITAS KESEHATAN JIWA DAN
RAGA DENGAN PENDEKATAN ARSITEKTUR TERAPEUTIK
DI SEWON, KABUPATEN BANTUL**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat mencapai derajat Sarjana
Program Studi Arsitektur



disusun oleh

Elang Teja Permana

19.84.0196

Kepada

**PROGRAM SARJANA
PROGRAM STUDI ARSITEKTUR
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS AMIKOM YOGYAKARTA
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**PERANCANGAN PUSAT FASILITAS KESEHATAN JIWA DAN
RAGA DENGAN PENDEKATAN ARSITEKTUR TERAPEUTIK DI
SEWON, KABUPATEN BANTUL**

yang disusun dan diajukan oleh

Elang Teja Permana

19.84.0196

telah disetujui oleh Dosen Pembimbing Tugas Akhir
28 Maret 2024

Dosen Pembimbing,



Nurizka Fidali, ST, M. Sc

NIK. 190302324

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**PERANCANGAN PUSAT FASILITAS KESEHATAN JIWA DAN
RAGA DENGAN PENDEKATAN ARSITEKTUR TERAPEUTIK DI
SEWON, KABUPATEN BANTUL**

yang disusun dan diajukan oleh

Elang Teja Permana

19.84.0196

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada tanggal 28 Februari 2024

Susunan Dewan Penguji

Nama Penguji

Prasetyo Febriarto, ST., M.Sc
NIK. 190302301

Ani Hastuti Arthasari, ST., M.Sc
NIK. 190302340

Nurizka Fidali, ST., M.Sc
NIK. 190302324

Tanda Tangan



Tugas Akhir ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Arsitektur
pada tanggal 20 Maret 2024

DEKAN FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI



Sudarmawan, ST., MT
NIK. 190302035

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : Elang Teja Permana
NIM : 19.84.0196

Dengan ini saya menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul:

**Perancangan Pusat Fasilitas Kesehatan Jiwa dan Raga dengan Pendekatan
Arsitektur Terapeutik di Sewon, Kabupaten Bantul**

Dosen Pembimbing : Nurizka Fidali, ST., M.Sc

1. Karya tulis ini adalah benar-benar **ASLI** dan **BELUM PERNAH** diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di Universitas AMIKOM Yogyakarta maupun di Perguruan Tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini merupakan gagasan, rumusan dan penelitian **SAYA** sendiri, tanpa bantuan pihak lain kecuali arahan dari Dosen Pembimbing.
3. Perangkat lunak yang digunakan dalam penelitian ini sepenuhnya menjadi tanggung jawab **SAYA**, bukan tanggung jawab Universitas AMIKOM Yogyakarta.
4. Pernyataan ini **SAYA** buat dengan sesungguhnya, apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka **SAYA** bersedia menerima **SANKSI AKADEMIK** dengan pencabutan gelar yang sudah diperoleh, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Perguruan Tinggi.

Yogyakarta, 28 Februari 2024

Yang Menyatakan,



Elang Teja Permana
NIM: 19.84.0196

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SAW, atas rahmat, barokah, dan ridho-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Laporan Tugas Akhir ini. Penyusunan Tugas Akhir ini merupakan salah satu persyaratan yang harus dipenuhi untuk menyelesaikan pendidikan Tingkat Sarjana pada Fakultas Sains Dan Teknologi Universitas Amikom Yogyakarta.

Pada kesempatan ini ijin penulis untuk mengucapkan terima kasih dan rasa hormat atas segala bantuan yang telah diberikan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini, yaitu kepada Bapak Nurizka Fidali, ST., M.Sc. selaku dosen pembimbing yang telah sabar dan selalu memberikan solusi.

Dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir ini tentunya masih banyak terdapat kekurangan, kesalahan dan kekhilafan karena keterbatasan kemampuan penulis, untuk itu sebelumnya penulis mohon maaf yang sebesar-besarnya. Penulis juga mengharapkan kritik dan saran dari semua pihak demi perbaikan yang bersifat membangun atas laporan ini.

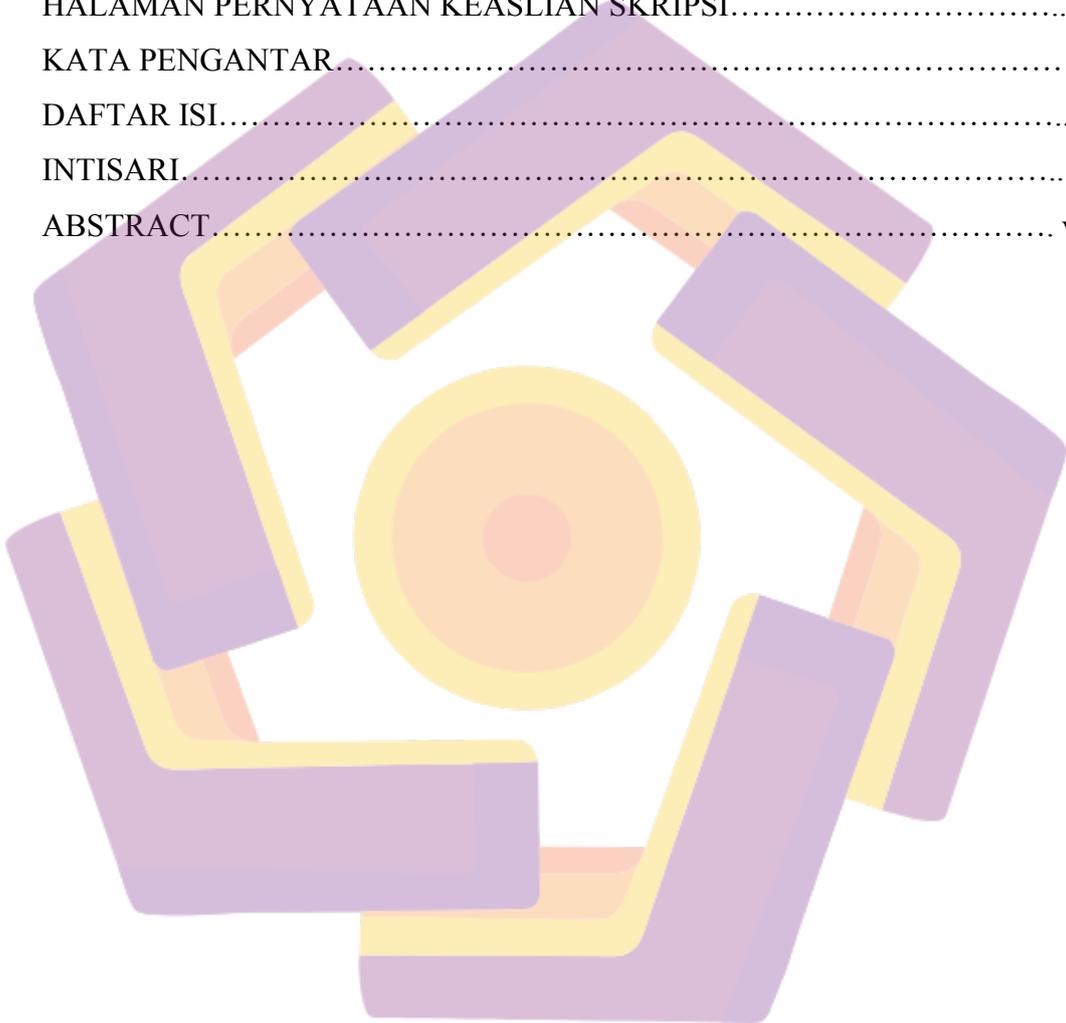
Yogyakarta, 20 Maret 2024



Elang Teja Permana

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vi
INTISARI.....	vii
ABSTRACT.....	viii



INTISARI

Gaya hidup bersifat dinamis dan akan selalu berubah tergantung waktu dan kelompok sosial tertentu. Kesehatan jiwa merupakan sektor penting untuk mewujudkan kesehatan secara menyeluruh. Modernisasi dan globalisasi serta kesadaran terhadap kesehatan jiwa raga mengakibatkan perubahan sosial pada kehidupan masyarakat yaitu menimbulkan kecenderungan masyarakat sulit untuk beradaptasi dengan lingkungan tempat tinggal barunya, terutama pendatang yang menetap di perumahan atau mahasiswa yang tinggal di kost. Keadaan ini secara tidak langsung menimbulkan masalah psikologi, depresi dan stress. Ketenangan merupakan metode yang dapat membantu mengurangi stres pada manusia. Cara yang dapat dilakukan ketika mereka mengalami stres adalah dengan melakukan perubahan pola hidup. Selain itu, aktifitas fisik juga memiliki peran dalam penurunan stres. Solusi dari permasalahan ini yaitu pembuat sarana atau tempat yang memiliki fasilitas-fasilitas yang mampu memenuhi kebutuhan untuk meningkatkan kesehatan jiwa raga dengan mempertimbangkan kesejahteraan psikologi dan emosional penggunanya. Kondisi tata ruang yang harus dipenuhi agar sarana tersebut menjadi tempat yang nyaman, ramah, dan aktif bagi penggunanya.

Kata kunci: Fasilitas Kesehatan Jiwa dan Raga, Terapeutik, Olahraga, Meditasi, Relaksasi

ABSTRACT

Lifestyle is dynamic and will always change depending on time and certain social groups. Mental health is an important sector for achieving overall health. Modernization and globalization as well as awareness of mental and physical health have resulted in social changes in people's lives, namely giving rise to a tendency for people to find it difficult to adapt to their new living environment, especially immigrants who live in housing or students who live in boarding houses. This situation indirectly causes psychological problems, depression and stress. Calmness is a method that can help reduce stress in humans. What can be done when they experience stress is to make lifestyle changes. Apart from that, physical activity also has a role in reducing stress. The solution to this problem is to create facilities or places that have facilities that are able to meet the need to improve mental and physical health by considering the psychological and emotional well-being of its users. Spatial conditions that must be met so that the facility becomes a comfortable, friendly and active place for its users.

Keyword: *Wellness, Gym-fitness, SPA, Yoga, Relaxation*